

**FAKOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
PROKRASINASI PADA MAHASISWA DI PROGRAM STUDI
S1 ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh:

MAKHINUDIN

NPM: 15.0603.0012

**PROGRAM STUDI S-1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG**

2019

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PROKRASTINASI
PADA MAHASISWA DI PROGRAM STUDI
SI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Magelang

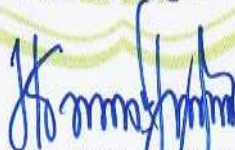
Magelang, Agustus 2020

Pembimbing I



Puguh Widiyanto, S. Kp, M.Kep
NIDN. 0621027203

Pembimbing II



Ns. Kartika Wijayanti, M.Kep
NIDN. 0623037602

LEMBAR PENGESAHAN

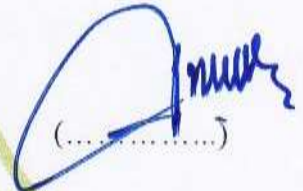
Skripsi ini diajukan oleh

Nama : MAKHINUDIN
NPM : 15.0603.0012
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul Skripsi : Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi
Pada Mahasiswa Di Program Studi S1 Ilmu
Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Magelang

DEWAN PENGUJI

Penguji I : Ns. Sigit Priyanto, M.Kep



(.....)

Penguji II : Puguh Widiyanto, S.Kp, M.Kep



(.....)

Penguji III : Ns. Kartika Wijayanti, M.Kep



(.....)

Mengetahui
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Magelang
Dekan



(Dr. Heni Setyowati ER., S.Kp., M.Kes)
NIDN. 0621027203

Ditetapkan di : Magelang

Tanggal : 4 September 2020

**LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN HALAMAN
PERNYATAAN OROSINALITAS**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya ini adalah karya saya sendiri dan bukan merupakan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah saya sebutkan sumbernya. Apabila kemudian ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim dari pihak yang lain terhadap keaslian karya saya ini maka saya siap menanggung segala resiko/sanksi yang berlaku.

Nama : Makhinudin

NPM : 15.0603.0012

Tanggal : 08 Agustus 2020



Makhinudin

15.0603.0012

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika akademika Universitas Muhammadiyah Magelang saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Makhinudin

NPM : 15.0603.0012

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Magelang **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-Exclusive-Royalti-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Pada Mahasiswa di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang. Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusive ini Universitas Muhammadiyah berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya tanpa meminta ijin dari saya sealama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian surat pernyataan saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Magelang

Pada tanggal: Agustus 2020

Yang Menyatakan


(Makhinudin)

15.0603.0012

MOTTO

Dan orang mukmin yang paling sempurna imannnya adalah mereka yang paling baik akhlakunya. (HR.Ahmad)

Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagi kamu. Dan boleh jadi kamu mencintai sesuatu, padahal ia amat buruk bagi kamu. Allah maha mengetahui sedangkan kamu tidak mengetahui. (Al-Baqarah: 216)

Janganlah membanggakan dan menyombongkan diri apa-apa yang kita peroleh, turut dan ikutilah ilmu padi, makin berisi makin tunduk dan makin bersyukur kepada yang menciptakan kita Allah SWT.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah... Alhamdulillah... alhamdulillahirobbil'alamiin..

Sujud syukur kusembahkan kepada Allah SWT yang Maha Agung nan Maha Tinggi nan Maha Penyayang, atas takdir-Mu telah Engkau jadikan aku manusia yang senantiasa berfikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menjalani hidup yang penuh dengan rintangan ini.

Atas karunia dan kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita besarku. AAMIIN

Ibu...Ibu...Ibuku malaikat dalam wujud nyataku

Teruntuk Ibuku tersayang yang sedari dulu merawat, mendidik, dan mengajarku akan kebaikan dan tanggung jawab.

Ibuku yang selalu mengajarku menjadi lelaki yang tangguh dan berprinsip dan mempunyai tujuan dan pendirian dan yang tidak pernah lelah untuk menghadapi segala hal.

Ibuku malaikatku suport sistemku

Kupersembahkan sebuah karya kecil ini untuk ibukku yang dimanapun selalu memberikan semangat, dukungan, serta semuanya yang engkau punya, serta berjuang mati-matian demi melihat anaknya sukses.

Terimalah bukti kecilku ini sebagai kado keseriusanku untuk membalas semua pengorbananmu.

Walaupun aku tau ini belum seberapa untuk membalas semua pengorbananmu selama ini

Terimakasih Ibu yang selalu menyelipkan namaku dalam setiap jutaan tetesan airmata do'amu.

I Love You Ibu

Untuk kakaku Ari Adi Prasetya serta istrinya Rofiah
Terimakasih atas kasih sayang kalian, nasehat agar lebih bias menjadi pribadi
yang dewasa dan tangguh yang bias memberiku semangat dan inspirasi dalam
menyelesaikan tugas akhir ini.

Yang kalian berikan selama ini takkan pernah terlupakan.

Untuk sahabat-sahabatku dan teman-temankuu Angga, Misbah, Hanif, Reczy,
Indra, dan Agustina yang memberikan suport dan bantuan sehingga aku bisa
sampai sejauh ini.

Terima kasih kalian, tanpa kalian aku bukan siapa-siapa dan takkan menjadi apa-
apa.

Untuk Bapak dan Ibu dosen pembimbing tugas akhirku
Bapak Puguh Widiyanto, S. Kp, M.Kep dan Ns. Kartika Wijayanti, M.Kep selaku
dosen pembimbing skripsi, terimakasih banyak sudah banyak membimbing dan
memberi semangat dan nasehat yang sangat berharga serta mengajariku dengan
penuh kesabaran.

Nama : Makhinudin
Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan
Judul : Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi
Pada Mahasiswa Di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Magelang

Abstrak

Latar Belakang. Mahasiswa yang mempunyai kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) yang unggul dapat ditunjukkan dengan perilaku disiplin, kreativitas, maupun etos kerja yang tinggi dalam mengerjakan tugas dan kewajibannya selama mengikuti proses pembelajaran di perguruan tinggi. Apabila mahasiswa mempunyai konsep belajar yang baik maka seorang mahasiswa tidak akan melakukan penundaan dalam melaksanakan kuliahnya. Namun sebagian mahasiswa masih melakukan penundaan dalam tugas akademiknya yang dikenal dengan prokrastinasi. **Tujuan.** Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Magelang. **Hasil Penelitian.** Faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi diantaranya adalah buruknya pengelolaan waktu ($p=0,001$), kesulitan berkonsentrasi ($0,001$), kebosanan terhadap tugas ($p=0,001$). Sedangkan faktor yang tidak berhubungan dengan prokrastinasi adalah ketakutan gagal ($p=0,099$), gaya asuh pembimbing ($p=1,000$), dan faktor lingkungan ($p=1,000$). **Kesimpulan.** Hasil penelitian menunjukkan faktor yang paling berpengaruh dengan prokrastinasi adalah buruknya pengelolaan waktu.

Kata Kunci: Mahasiswa, Faktor-faktor prokrastinasi

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi pada Mahasiswa di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang”. Dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menghaturkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Heni Setyowati Esti Rahayu, S.Kp., M. Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang.
2. Ns. Retna Tri Astuti, M.Kep, sebagai wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang.
3. Ns. Sigit Priyanto, M.Kep, sebagai Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Magelang.
4. Puguh Widiyanto, S. Kp, M. Kep, selaku pembimbing 1 yang bersedia membimbing, memotivasi, memberikan arahan dan saran dalam penyusunan skripsi.
5. Ns. Kartika Wijayanti, M.Kep, selaku pembimbing 2 yang bersedia membimbing, memotivasi, memberikan arahan dan saran dalam penyusunan skripsi.
6. Kepala Biro Akademik dan kemahasiswaan Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memberikan ijin kepada peneliti dalam pengambilan data.
7. Seluruh dosen dan staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang.
8. Keluarga Besarku tercinta yang selalu memberikan motivasi dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

9. Teman-teman Program Studi S1 Ilmu Keperawatan angkatan 2015 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang yang memberikan motivasi dan bantuan selama ini.

Penulis menyadari skripsi ini jauh dari sempurna, baik dalam tata laksana ataupun tata cara penyajiannya. Oleh Karena itu, semoga Allah SWT membalas semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Magelang, Agustus 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN HALAMAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
Abstrak	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Pengertian Prokrastinasi	8
2.2 Definisi Prokrastinasi	9
2.3 Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi	11
2.4 Dampak Prokrastinasi.....	15
2.5 Kerangka Teori.....	17
BAB 3 METODE PENELITIAN	18
2.1 Rancangan Penelitian	18
2.2 Kerangka Konsep	18
2.3 Definisi Operasional Penelitian.....	19

2.4	Populasi dan sampel	20
2.5	Tempat dan Waktu Penelitian	22
2.6	Alat dan Metode Pengumpulan Data.....	22
2.7	Metode Pengolahan dan Analisa Data.....	26
2.8	Etika Penelitian.....	28
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN		48
5.2	Kesimpulan.....	48
5.3	Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA		50

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	17
Skema 3.1 Kerangka Konsep	19

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	6
Tabel 3.1 Definisi Operasional	19
Tabel 3.4 Variabel Independen dan Variabel Dependen	28

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Prokrastinasi merupakan salah satu perilaku yang tidak efisien dalam penggunaan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai mengerjakan ketika menghadapi suatu tugas. Prokrastinasi merupakan masalah serius yang membawa konsekuensi bagi pelakunya. Konsekuensi dari perilaku prokrastinasi itu sendiri membawa dampak pro dan kontra terhadap kondisi psikologis dan fisiologis sang pelaku. Beberapa peneliti prokrastinasi telah menemukan dampak yang akan terjadi ketika seseorang melakukan penundaan. Dampak yang didapat berupa positif/negatif. Simpulan yang diperoleh dari beberapa referensi menyatakan bahwa konsekuensi negatif dibedakan menjadi dua, yaitu internal dan eksternal. Secara internal, prokrastinasi dapat menyebabkan seseorang merasakan frustrasi, marah, dan rasa bersalah. Sedangkan secara eksternal, prokrastinasi dapat menyebabkan keterlambatan dalam bidang akademik, hilangnya kesempatan untuk berprestasi serta hilangnya waktu dengan sia-sia. Selain itu, Suriyah dan Sia (dalam Jurnal Gunawinata, dkk., 2008) mengatakan bahwa prokrastinator cenderung memiliki prestasi akademik yang rendah, terlambat menyelesaikan penelitian dan terlambat lulus kuliah.

Pada sisi lain, prokrastinasi juga bisa berdampak positif bagi pelaku, antara lain adalah, prokrastinasi memiliki keuntungan dalam mengurangi stress akibat tuntutan tugas, akan tetapi seiring berjalannya waktu dan mendekatnya batas penyelesaian tugas ternyata tingkat stress pada prokrastinator meningkat. Tuntutan untuk segera menyelesaikan tugas menyebabkan rasa takut dan cemas semakin kuat.

Prokrastinasi atau penundaan merupakan fenomena psikologis yang lazim dan kompleks yang telah didefinisikan sebagai penundaan yang dilakukan di awal atau dalam proses penyelesaian tugas (Freeman, dkk., 2011). Perilaku tersebut bisa merusak produktivitas kerja yang berakibat pada kualitas hasil pekerjaan.

Terlebih lagi apabila kita mengerjakan tugas dengan terburu-buru karena merasa dikejar oleh waktu. Tenaga dan pikiran kita tidak bisa bekerja secara maksimal karena hal tersebut. Mahasiswa yang sebenarnya memiliki kemampuan di atas rata-rata menjadi tidak terapresiasikan, dengan begitu hasil pekerjaannya pun bernilai standart bahkan bisa menjadi rendah.

Mahasiswa yang telah merasakan akibat negative dari prokrastinasi pastilah ingin menghilangkan perilaku tersebut. Banyak mahasiswa mengira bahwa prokrastinasi akan hilang dengan sendirinya jika mereka hanya mengatur pola pikirnya saja. Hal termasuk pemikiran irasional. Sesungguhnya, prokrastinasi akan hilang jika kita sudah mengetahui akar dari penyebab prokrastinasi. Jadi langkah pertama untuk menghilangkan perilaku prokrastinasi akademik adalah dengan memahami faktor-faktor yang melatarbelakangi terjadinya perilaku menunda-nunda.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (1984) menyatakan bahwa prokrastinasi terjadi tidak hanya dikarenakan oleh manajemen waktu yang buruk, tetapi juga berkaitan dengan interaksi antara komponen perilaku, kognitif dan afeksi si pelaku. Secara spesifik, Solomon dan Rothblum (1984) membagi faktor-faktor penyebab prokrastinasi menjadi tiga (3) kelompok, yaitu : pertama, 49,4 % responden penelitian menyatakan bahwa mereka melakukan prokrastinasi karena merasa takut gagal (*fear of failure*). Rasa takut tersebut muncul karena mereka terlalu khawatir apabila tidak bisa mengerjakan tugasnya dengan baik. Kekhawatiran yang berlebih bisa disebabkan oleh rasa kurang percaya terhadap kemampuan diri. Standart tinggi yang ditetapkan oleh pihak Universitas juga membuat mereka ingin menghasilkan sesuatu yang sempurna. Pada akhirnya, para mahasiswa mencari waktu yang dirasa berkualitas untuk mengerjakan tugas. Namun kenyataannya, waktu tenggang pekerjaan semakin berkurang dan yang terjadi adalah mereka tidak mengerjakan tugasnya sama sekali.

Kedua, mahasiswa yang menyatakan malas mengerjakan tugas mendapatkan persentase sebanyak 18 %. Mereka malas karena beranggapan bahwa tugas

adalah sesuatu hal yang tidak menyenangkan. Anggapan para mahasiswa ini merupakan hasil dari pemikiran yang irasional. Karena dengan berpikir negatif seperti itu menjadikan mahasiswa tidak sungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas. Mereka cenderung menyepelekan dan menunda-nunda untuk mengerjakannya. Akhirnya, hasil pekerjaan merekapun tidak maksimal. Hal tersebut berdampak pada indeks prestasi yang rendah.

Ketiga, diketahui dari hasil dari penelitian Solomon dan Rothblum (1984) mendapatkan faktor-faktor lain yang menyebabkan prokrastinasi tetapi dengan persentase yang sedikit. Artinya, faktor-faktor ini bukanlah faktor-faktor utama yang mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi. Faktor-faktor tersebut adalah pengambilan resiko (*risk-taking*), kurangnya pernyataan yang tegas (*lack of assertion*), pemberontakan terhadap kontrol diri (*rebellion against control*), dan kesulitan dalam membuat keputusan (*difficulty making decisions*).

Tugas akhir seperti skripsi bagi mahasiswa adalah suatu kewajiban yang harus diselesaikan dalam jangka waktu yang singkat. Semakin cepat menyelesaikan tugas akhir maka semakin cepat pula untuk lulus dan wisuda. Namun, menyelesaikan tugas akhir tidak semudah mengerjakan makalah ataupun tugas-tugas mata kuliah pada umumnya. Banyak kendala dalam menyelesaikan tugas akhir salah satunya adalah prokrastinasi yang menyebabkan mahasiswa terhambat dalam menyelesaikan tugas akhir. Sehingga peneliti tertarik untuk mengambil penelitian ini dan mencari faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan dengan metode wawancara pada 32 mahasiswa yang mengalami prokrastinasi, 10 diantaranya mengatakan bahwa banyak faktor-faktor yang mempengaruhi dirinya melakukan prokrastinasi, faktor-faktor tersebut diantaranya adalah buruknya pengelolaan waktu, kebosanan terhadap tugas, serta lingkungan. Selain itu juga karena dosen yang sulit untuk ditemui untuk proses bimbingan, dan selalu banyak revisi sehingga menimbulkan rasa bosan terhadap tugas bagi mahasiswa itu sendiri.

1.2 Rumusan Masalah

Prokrastinasi merupakan masalah serius yang membawa konsekuensi bagi pelakunya. Konsekuensi dari perilaku prokrastinasi itu sendiri membawa dampak pro dan kontra terhadap kondisi psikologis dan fisiologis sang pelaku. Beberapa peneliti prokrastinasi telah menemukan dampak yang akan terjadi ketika seseorang melakukan penundaan. Dampak yang didapat bisa bersifat positif dan negatif. Simpulan yang diperoleh dari beberapa referensi menyatakan bahwa konsekuensi negatif dibedakan menjadi dua, yaitu internal dan eksternal. Secara internal prokrastinasi dapat menyebabkan seseorang merasakan frustrasi, marah, dan merasa bersalah. Sedangkan secara eksternal, prokrastinasi dapat menyebabkan keterlambatan dalam bidang akademik khususnya pada tugas akhir mahasiswa yaitu skripsi, hilangnya kesempatan untuk berprestasi, serta hilangnya waktu dengan sia-sia. Selain itu prokrastinator cenderung memiliki prestasi akademik yang rendah, terlambat menyelesaikan penelitian dan terlambat lulus kuliah. Banyak sekali faktor internal maupun eksternal yang menjadi penyebab prokrastinasi sehingga membuat beberapa mahasiswa yang terlambat lulus kuliah dan terlambat dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi. Tingkat prokrastinasi pada mahasiswa dapat berbeda-beda, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti faktor-faktor yang menjadi penyebab prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik mahasiswa yang mengalami prokrastinasi di Universitas Muhammadiyah Magelang
- b. Mengetahui gambaran prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang

- c. Mengetahui faktor-faktor penyebab prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang

1.4 Manfaat Penelitian

Setiap peneliti pasti menginginkan hasil penelitiannya bermanfaat bagi semua orang yang membacanya, termasuk penelitian ini. Manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini terdiri dari dua, yaitu :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penulis berharap dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa yang berhubungan dengan prokrastinasi dan bagi pihak kampus sebagai sumber informasi dan dapat menambah pustaka mengenai faktor-faktor prokrastinasi yang dialami oleh mahasiswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Mahasiswa

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi koreksi diri bagi mahasiswa yang sedang mengalami prokrastinasi akademik, sehingga mereka bisa berfikir ulang mengenai penyebab mereka melakukan penundaan. Dengan mengetahui penyebabnya, mereka bisa meminimalisir perilaku prokrastinasi. Sedangkan bagi mahasiswa yang belum mengalami prokrastinasi, mereka bisa menghindari perilaku menunda-nunda dengan berpatokan pada faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi.

1.4.2.2 Bagi Universitas

Pihak universitas tentulah harus mengetahui tahu juga mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi mahasiswanya mengalami prokrastinasi. Dengan demikian, pihak universitas dapat membantu para mahasiswa untuk meminimalisir perilaku menunda-nunda dengan caranya sendiri. Tentulah hal tersebut bermanfaat sekali, karena dengan demikian tingkat kelulusan mahasiswa menjadi meningkat.

1.4.2.3 Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan acuan untuk penelitian selanjutnya yang juga mengkaji tentang prokrastinasi akademik. Dengan demikian, hasil penelitian ini dengan yang selanjutnya bisa saling melengkapi dan saling melengkapi kekurangannya masing-masing.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan
1	Hana Hanifah Fauziah, 2014	Fakor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.	Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 2 instrumen penelitian yaitu menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif.	Penelitian ini bertujuan untuk me-ngetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Prokrastinasi aka-demik ini diukur dengan skala prokras-tinasi akademik yang dibuat oleh peneliti sendiri berdasarkan hasil analisis kualitatif. Dari hasil analisis koding dan angket terbuka dapat diperoleh kategori tema-tema mengenai faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif sedangkan peneliti menggunakan metode kuantitatif.
2	Abdul Saman, 2017	Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan).	Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif.	Gambaran tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa diperoleh dari hasil respon atau jawaban subjek peneltian terhadap skala yang diberikan menunjukkan hasil bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar rata-rata skor	Penelitian ini berfokus pada gambaran tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa sedangkan peneliti berfokus pada mahasiswa yang mengalami

				berada pada kategori rendah dengan presentasi masing-masing tingkatan sebagai berikut: 0 orang (0%) berada pada kategori sangat tinggi, 25 orang (10,87%) berada pada kategori tinggi, 84 orang (36,52%) berada pada kategori sedang, 99 orang (43,04%) berada pada kategori rendah, dan 22 orang (9,57%) berada pada kategori sangat rendah.	prokrastinasi.
3	A. Said Hasan Basri, 2017	Prokrastinasi akademik mahasiswa Ditinjau dari religiusitas	Penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan metode kuantitatif	Analisis data kuantitatif pada penelitian ini, mencakup uji asumsi atau prasyarat dan uji hipotesis penelitian. Untuk uji asumsi meliputi uji normalitas sebaran dan linieritas hubungan. Uji normalitas sebaran bertujuan untuk memastikan bahwa tidak ada perbedaan distribusi sebaran skor variabel yang dianalisis antara sampel dan populasi, dengan kata lain sebaran skor suatu variabel dalam sampel sama dengan populasi yaitu mengikuti asumsi kurve normal.	Penelitian ini berfokus pada prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari religiusitas sedangkan peneliti berfokus pada faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa.
4	Dina Husna, 2015	Hubungan Prokrastinasi Akademik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2011 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	Penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan metode kuantitatif.	Penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan metode kuantitatif. Penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan metode kuantitatif.	Penelitian ini berfokus pada faktor kecemasan sedangkan peneliti berfokus pada mahasiswa yang mengalami prokrastinasi.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengertian Prokrastinasi

Beberapa mahasiswa seringkali ditemui mengalami masalah penundaan dalam tugas kuliah yang melebihi batas dead line yang sudah ditentukan dari pihak kampus, banyak sekali faktor-faktor yang menjadi penyebab mereka melakukan penundaan dalam penyelesaian tugas kuliahnya misalnya, mereka terlalu sibuk dalam keorganisasian yang ada di kampus atau di fakultas mereka masing-masing, faktor kelelahan juga dapat menjadikan faktor yang menyebabkan tugas-tugas mereka tertunda, dan masih banyak faktor yang lain lagi. Banyak sekali masalah yang timbul dari penundaan atau prokrastinasi ini misalnya dalam prestasi akademik mereka dapat menurun karena tertinggal dengan yang lainnya, selain prestasi akademik menurun untuk waktu kelulusan bisa jadi tidak tepat waktu. Prokrastinasi sendiri dapat diartikan sebagai kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan (Solomon dan Rothblum, 1984:505).

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin yaitu "*pro*" yang berarti "maju", ke depan, lebih menyukai dan "*crastinus*" yang berarti "*besok*" (Steel, 2006). Jadi dari asal katanya prokrastinasi adalah lebih suka melakukan tugasnya besok dibanding menyelesaikannya hari ini. Orang yang melakukan prokrastinasi disebut sebagai prokrastinator. Prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk.

Di bidang akademik cukup sering terlihat secara langsung perilaku prokrastinasi di kalangan mahasiswa. Menurut Ferrari dkk (1995), sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu dan diamati melalui ciri-ciri tertentu berupa: 1) Penundaan untuk memulai

menyelesaikan tugas yang dihadapi; 2) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, karena melakukan hal-hal lain yang tidak dibutuhkan; 3) Kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dan kinerja aktual; 4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus di-kerjakan (seperti ngobrol, nonton, mendengarkan musik, jalan-jalan, dan lain lain).

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah suatu perilaku yang tidak bisa dikontrol dalam hal pekerjaan maupun tugas-tugas kuliah sehingga menyebabkan tertundanya suatu pekerjaan. Solomon & Rothblum (1984: 503) mengatakan: “*Procrastination, the act of needlessly delaying tasks to the point of experiencing subjective discomfort, is an all-too-familiar problem*”. Pernyataan ini menjelaskan bahwa suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja, menimbulkan perasaan tidak nyaman, serta secara subyektif dirasakan oleh seorang prokrastinator. Dalam kaitannya dengan lingkup akademik, prokrastinasi dijelaskan sebagai perilaku menunda tugas-tugas akademis (seperti: mengerjakan PR, mempersiapkan diri untuk ujian, atau mengerjakan tugas makalah) sampai batas akhir waktu yang tersedia (Solomon & Rothblum, 1984: 505).

2.2 Definisi Prokrastinasi

Ferrari, J, R, dkk (1995) membagi prokrastinasi menjadi 2 berdasarkan jenis tugasnya, yaitu prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Sebagai contoh penundaan terhadap tugas kuliah atau tugas kursus. Prokrastinasi non-akademik, adalah penundaan yang dilakukan pada tugas jenis non formal atau berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Sebagai contoh penundaan tugas sosial, penundaan menyapu dan mencuci.

Dalam penelitian ini, jenis prokrastinasi yang digunakan adalah prokrastinasi akademik. Pelaku dari prokrastinasi mengarah pada mahasiswa yang sedang kuliah dan individu yang mengalami proses akademik. Prokrastinasi akademik

adalah kecenderungan yang ditunjukkan individu untuk menunda tugas akademik hampir selalu dan selalu, Rothblum (1984).

Prokrastinasi akademik berkaitan dengan unsur-unsur tugas dalam akademik. Solomon dan Rothblum (1984) menyebutkan terdapat enam area akademik yang merupakan unsur-unsur prokrastinasi akademik, yaitu:

2.2.1 Menulis

Meliputi penundaan melaksanakan kewajiban menulis makalah, laporan atau tugas mengarang lainnya

2.2.2 Belajar Menghadapi Ujian

Mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian tengah semester, ujian akhir semester.

2.2.3 Membaca

Menunda membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan

2.2.4 Kinerja Administratif

Penundaan mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas administratif. Menyalin catatan kuliah, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran.

2.2.5 Menghadiri Pertemuan

Penundaan atau keterlambatan menghadiri kuliah, praktikum, dan pertemuan-pertemuan lain

2.2.6 Kinerja Akademik secara Keseluruhan

Menunda kewajiban mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik lainnya secara keseluruhan.

Dalam penelitian di Amerika yang dilakukan oleh Salomon & Rothblum (1998) dari 323 mahasiswa melalui *self report* data prokrastinasi mengindikasikan bahwa 46% selalu melakukan prokrastinasi pada tugas menulis makalah, pada tugas belajar untuk ujian ada 27%, dan 30,1% melakukan prokrastinasi untuk membaca tugas mingguan.

2.3 Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi

Ada beberapa teori mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Dalam kajian teori ini, akan dipaparkan beberapa teori.

2.3.1 Faktor-Faktor Prokrastinasi Menurut Knaus

Menurut Knaus (2001), ada beberapa alasan yang menyebabkan pelajar melakukan prokrastinasi, yaitu:

2.3.1.1 Buruknya Pengelolaan Waktu

Prokrastinasi berarti tidak bisa mengelola waktu secara bijaksana. Hal ini mengakibatkan individu cenderung menunda mengerjakan tugas yang menjadi tanggung jawab karena tidak ada prioritas dan tujuan.

2.3.1.2 Kesulitan dalam Berkonsentrasi

Seseorang sering mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi ketika sedang mengerjakan tugas. Hal ini mengakibatkan individu tersebut memikirkan hal lain di luar tugas tersebut, misalnya melamun, mencaricari foto pacar, memainkan pensil atau penghapus.

2.3.1.3 Kepercayaan Irasional dan Ketakutan Gagal

Takut mengalami kegagalan dapat membuat seseorang berhenti dalam mengerjakan tugas, seperti merasa tidak sukses di bidang apapun atau tidak puas dengan kemampuan untuk menyelesaikan tugas.

2.3.1.4 Kebosanan terhadap Tugas

Bosan dengan tugas yang sedang dikerjakan dapat membuat seseorang menunda pengerjaan tugasnya.

2.3.2 Faktor-Faktor Prokrastinasi Menurut menurut Salomon & Rothblum

Menurut Salomon & Rothblum ada beberapa faktor yang menyebabkan pelajar melakukan prokrastinasi, yaitu:

2.3.2.1 Sulit mengambil keputusan

Individu terkadang mengalami kesulitan untuk memutuskan tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu atau bagaimana cara penyelesaian suatu tugas. Kesulitan tersebut mendorong individu untuk mengganti penyelesaian tugas

dengan aktivitas yang menyenangkan, namun kurang bermanfaat (*impulsive*). Prokrastinator memiliki sikap yang pasif sehingga ia kurang mampu mengambil keputusan secara tepat (*indisiveness*).

2.3.2.2 Membelot

Individu melakukan prokrastinasi sebagai keengganannya untuk menyelesaikan tugas. Hal ini dilakukan secara sadar dan individu tahu akibatnya.

2.3.2.3 Kurang asertif

Kurang asertif sangat berhubungan dengan sikap pasif seorang prokrastinator. Ketika individu menemui kesulitan ia tidak mau mencari bantuan (*seeking for help*) kepada orang lain untuk membantu menyelesaikan tugasnya, sehingga tugas-tugasnya terbengkalai atau diselesaikan mendekati *deadline*. Akibatnya tugas tersebut diselesaikan dengan tidak optimal.

2.3.2.4 Takut gagal

Takut gagal merupakan kepercayaan yang irrasional. Individu yang takut gagal akan melakukan prokrastinasi sebagai pelarian diri dari kecemasan neurotismenya itu.

2.3.2.5 Menginginkan sesuatu dalam keadaan “*perfect*”

Prokrastinator melakukan penundaan dengan harapan dapat memperoleh banyak waktu untuk melengkapinya dan menyelesaikan tugas-tugasnya.

2.3.2.6 Ketakutan atau kebencian terhadap tugas dan malas

Individu cenderung akan menunda tugasnya dikarenakan individu merasa tidak suka terhadap tugas yang dihadapinya.

Keyakinan tersebut didasari oleh kepercayaan yang irasional (*irrational beliefs*).

Individu meragukan kemampuannya pada suatu bidang. Keyakinannya itu menyebabkan individu menunda-nunda penyelesaian tugasnya.

2.3.3 Faktor-Faktor Prokrastinasi menurut (Ferrari, dkk., 1995; Rizvi, dkk., 1998; Bruno, 1998; Wulan, 2000)

Faktor-faktor tersebut dapat dipaparkan dua faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu:

2.3.3.1 Faktor Internal

Yaitu faktor-faktor dari diri individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi, meliputi :

1. Faktor Fisik

Faktor fisik yang dimaksud adalah kondisi fisiologis seseorang yang mendorong kearah prokrastinasi seperti kelelahan (Wulan, 2000). Seseorang yang mengalami kelelahan yang berlebih akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi, walaupun prokrastinasi sering berkaitan dengan keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang.

2. Faktor Psikologis

Faktor psikologis meliputi tipe kepribadian dan motivasi (Ferrari, dkk., 1995). Tingkat kecemasan yang tinggi dan kemampuan adaptasi yang rendah dapat juga mendorong kearah prokrastinasi akademik (Rizvi, dkk., 1998).

2.3.3.2 Faktor Eksternal

Yaitu faktor-faktor yang terdapat dari luar diri individu, antara lain:

1. Gaya asuh pembimbing

Ketersediaan waktu pembimbing juga mempengaruhi dalam proses skripsi mahasiswa. Ketersediaan waktu yang mencukupi sangat dibutuhkan bagi mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu.

2. Kondisi lingkungan

Kondisi Lingkungan yang mendukung prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan (Mill Gram, dkk. Dalam Rizvi, 1998).

2.3.4 Faktor-Faktor Prokrastinasi menurut (Rumiani, 2006)

Pendapat tersebut adalah sebagai berikut:

2.3.4.1 Faktor Internal

Adalah faktor-faktor yang berasal dari individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi yang meliputi faktor fisik dan psikologis.

2.3.4.2 Faktor eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu dapat berupa tugas yang banyak (*overloaded tasks*) yang menuntut penyelesaian yang hampir bersamaan (Bruno, 1998). Yang mempengaruhi prokrastinasi adalah pola asuh orangtua dan lingkungan yang kondusif. Menurut hasil penelitian, Ferrari dan Ollivete, tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan timbulnya kecenderungan prokrastinasi yang kronis pada subyek penelitian anak, dan wanita. Hal ini diperparah apabila lingkungan kondusif dalam membentuk prokrastinasi.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa prokrastinasi dapat timbul dari berbagai macam faktor. Selain faktor-faktor yang telah diuraikan diatas ada faktor lain atau faktor perancu yang tidak termasuk pada klasifikasi internal maupun eksternal yaitu penilaian subjek terhadap dosen, seperti dosen yang killer, baik, dan kurang tegas. Pertama dosen killer adalah dosen yang membuat tegang saat mengajar, lebih mendominasi daripada mahasiswa, dan memberikan nilai jelek atau tidak memuaskan untuk mahasiswa. Kedua dosen yang baik adalah dosen yang mudah memberikan nilai meskipun dosennya jarang masuk kelas, yang mau terbuka dan berdiskusi saat mata pelajaran kuliah berlangsung, dan memahami karakteristik mahasiswa.

2.3.5 Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

2.3.5.1 Ciri-Ciri Prokrastinasi menurut Ferrari (1995, dalam Putra & Halimah, 2015)

Ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah:

1. Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi
2. Adanya keterlambatan dalam mengerjakan tugas
3. Adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas
4. Adanya kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan.

2.3.6 Unsur-Unsur Prokrastinasi

2.3.6.1 Unsur-Unsur Prokrastinasi menurut (Solomon & Rothblum, 1984, dalam Arumsari, 2009)

Menurut (Solomon & Rothblum, 1984, dalam Arumsari, 2009) terdiri dari enam area akademik yaitu:

1. Tugas Mengarang. Meliputi penundaan melaksanakan kewajiban menulis makalah, laporan atau tugas mengarang lainnya.
2. Belajar menghadapi ujian. Mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian tengah semester, ujian akhir semester, atau kuis-kuis 36.
3. Membaca. Menunda membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.
4. Kinerja tugas administratif. Penundaan mengerjakan dan menyelesaikan tugastugas administratif. Menyalin catatan kuliah, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, daftar peserta praktikum, dan lain-lain.
5. Menghadiri pertemuan. Penundaan atau keterlambatan menghadiri kuliah, praktikum, dan pertemuan-pertemuan lain.
6. Kinerja akademik secara keseluruhan. Menunda kewajiban mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik lainnya secara keseluruhan.

2.4 Dampak Prokrastinasi

2.4.1 Dampak Prokrastinasi menurut Burns, Dittman, Nguyen, & Mitchelson (2000) dan Wolters (2003)

Hasil studi empiris oleh Burns, Dittman, Nguyen, & Mitchelson (2000) dan Wolters (2003) mengungkapkan dampak dari menunda-nunda yaitu:

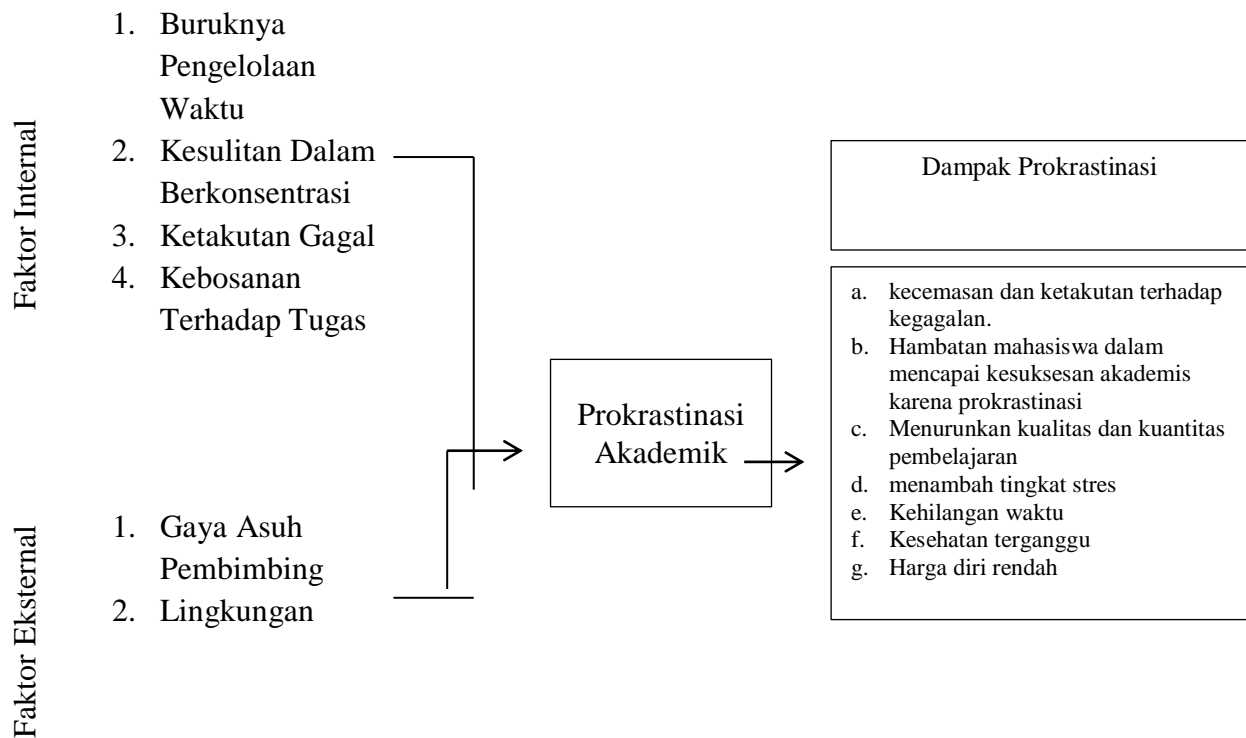
1. Seseorang akan kehilangan waktu
2. Kesehatan yang terganggu
3. Harga diri yang rendah

2.4.2 Dampak Prokrastinasi menurut Ferrari & Tice (2000)

Pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ferrari & Tice (2000), prokrastinasi atau menunda-nunda memiliki dampak sebagai berikut :

1. Kecemasan dan ketakutan terhadap kegagalan
2. Hambatan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademis
3. Menurunkan kualitas dan kuantitas pembelajaran
4. Menambah tingkat stres

2.5 Kerangka Teori



Skema 2.1 Kerangka Teori

Sumber: (Knaus, 2001), (Ferrari, dkk., 1995; Rizvi, dkk., 1998; Bruno, 1998; Wulan, 2000)

BAB 3

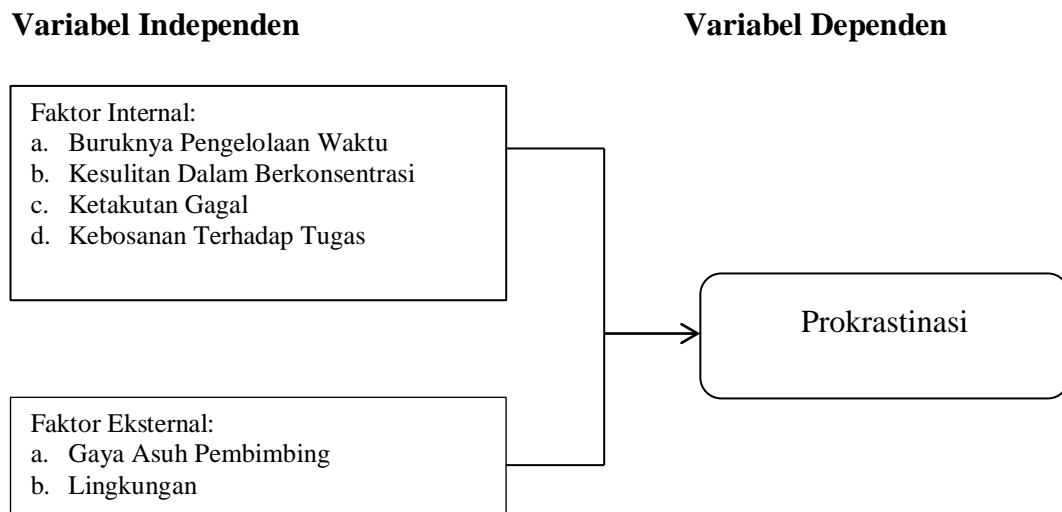
METODE PENELITIAN

2.1 Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan di dalam penelitian ini adalah *deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian deskriptif adalah sebuah desain penelitian yang menggambarkan fenomena yang ditelitinya dan juga menggambarkan besar masalah yang diteliti. Sedangkan *cross sectional study* adalah desain penelitian yang mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor yang beresiko dengan efek, menggunakan pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*) (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini subjek yang diteliti adalah mahasiswa yang mengalami prokrastinasi, yaitu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa FIKES di Universitas Muhammadiyah Magelang.

2.2 Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka teori, variable independen dari penelitian ini dipilih berdasarkan konsep terjadinya prokrastinasi teori Knaus (2001), yaitu faktor internal prokrastinasi yang dihubungkan dengan variable dependen, yaitu terjadinya prokrastinasi. Faktor internal prokrastinasi mahasiswa tersebut, yaitu buruknya pengelolaan waktu, kesulitan dalam berkonsentrasi, kepercayaan, irasional dan ketakutan gagal, dan kebosanan terhadap tugas terhadap terjadinya prokrastinasi. Adapun rancangan penelitian ini dapat diilustrasikan sebagaimana gambar berikut:



Skema 3. 1 Kerangka Konsep

2.3 Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional penelitian merupakan mendefinisikan variable penelitian berdasarkan karakteristik untuk melakukan pengukuran terhadap objek atau fenomena dengan alat ukur yang jelas (Hidayat, 2007). Definisi operasional yang ada pada penelitian ini yaitu:

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1	Variabel Independen				
	Faktor internal				
	Buruknya Pengelolaan Waktu	Tidak bisa dalam pengorganisasian dan perencanaan untuk membagi waktu	Kuesioner	Baik = ≥ 51 Buruk = ≤ 50	Nominal
	Kesulitan Dalam Berkonsentrasi	Tidak bisa memusatkan pikiran dengan apa yang dipelajari saat ini	Kuesioner	Ya = ≥ 51 Tidak = ≤ 50	Nominal

Ketakutan Gagal		Merasa bahwa diri sendiri tidak mampu dalam mengerjakan skripsi dan takut akan kegagalan	Kuesioner	Takut $= \geq 51$ Tidak $= \leq 50$	Nominal
Kebosanan Terhadap Tugas		Kehilangan minat dalam mengerjakan tugas skripsi dan memilih hal lain	Kuesioner	Ya $= \geq 51$ Tidak $= \leq 50$	Nominal
. Faktor Eksternal					Nominal
a. Gaya Pembimbing	Asuh	Ketersediaan waktu pembimbing skripsi dalam membimbing mahasiswa guna mempercepat proses skripsi, serta bagaimana sikap pembimbing terhadap mahasiswa	Kuesioner	Mendukung $= \geq 51$ Tidak Mendukung $= \leq 50$	Nominal
b. Lingkungan		Area sekitar yang mempengaruhi terhamambatnya dalam tugas skripsi	Kuesioner	Mendukung $= \geq 51$ Tidak Mendukung $= \leq 50$	Nominal
3	Variabel Independen	Mahasiswa yang mengambil skripsi lebih dari satu semester	Kuesioner	Tidak $= \leq 50$ Ya $= \geq 51$	Nominal
	. Prokrastinasi Akademik				

2.4 Populasi dan sampel

2.4.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan unit atau individu yang menjadi subjek pada suatu penelitian. Hal ini senada dengan pendapat Arikunto (2013)

yang menyatakan bahwa “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Sedangkan menurut Sugiyono (2016) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini dilakukan dalam rangka untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan yang masuk pada ajaran 2014 sampai 2015 untuk mahasiswa reguler dan yang masuk tahun 2017 untuk mahasiswa paralel yang berjumlah 127 mahasiswa.

2.4.2 Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi yang dijadikan pilihan untuk penelitian (Sugiyono, 2016). Secara luas sampel dapat diartikan sebagai serangkaian penelitian yang dilakukan terhadap seluruh obyek penelitian dan tujuan dapat diperoleh yang dilakukan terhadap seluruh obyek penelitian dan tujuan dapat memperoleh mengenai keseluruhan obyek itu sendiri. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*. Sampel penelitian adalah mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan yang masuk pada ajaran 2014 sampai 2015 untuk mahasiswa reguler dan yang masuk tahun 2017 untuk mahasiswa paralel yang berjumlah 32 mahasiswa. Ditambah dengan kelompok kontrol sebanyak 32 mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan yang tidak mengalami prokrastinasi.

Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini antara lain:

- a. Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan yang mengalami prokrastinasi yang menempuh lebih dari 8 semester
- b. Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan yang lulus tepat waktu

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini antara lain:

- a. Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan angkatan 2014 sampai 2017 yang mengambil cuti

Rumus pengambilan sampel dengan menggunakan metode *total sampling*

2.5 Tempat dan Waktu Penelitian

2.5.1 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Agustus 2019 sampai dengan Maret 2020.

2.5.2 Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan di FIKES Universitas Muhammadiyah Magelang.

2.6 Alat dan Metode Pengumpulan Data

2.6.1 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk mengukur variabel yang diteliti (Wahyuni, 2009). Instrumen pada penelitian ini berupa kuesioner (daftar pertanyaan). Kuesioner adalah sebuah *form* yang berisikan pertanyaan-pertanyaan yang telah ditentukan yang dapat digunakan untuk mengumpulkan informasi (data) dari dan tentang responden dalam arti hal-hal yang diketahui.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini diedarkan dalam bentuk daftar pertanyaan yang diajukan secara tertulis kepada responden untuk mendapatkan tanggapan, informasi, dan jawaban. Kuisisioner ini menggunakan kuesioner yang sudah ada dari peneliti Dina Husnia (2016). Kuesioner ini berisi tentang daftar pertanyaan tentang faktor-faktor yang menjadi penyebab prokrastinasi yang diisi oleh responden. Kuesioner yang digunakan termasuk jenis kuesioner berbentuk *rating scale* (skala bertingkat) yaitu sebuah pernyataan tertutup yang diikuti oleh kolom-kolom yang menunjukkan tingkatan-tingkatan, dari sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS) (Arikunto, 2007).

Tabel 3.2 Rancangan Sebaran Pernyataan Berdasarkan Indikator Variabel Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi

NO	Indikator	Nomor Item		Total Item
		Favourable	Unfavourable	
1.	Buruknya Pengelolaan Waktu	1, 2, 3, 5, 8,	4, 6, 12	8
2.	Kesulitan dalam	7, 18	9, 13	4

Berkonsentrasi				
3.	Ketakutan Gagal	14	11	2
4.	Kebosanan terhadap Tugas	10, 15, 16		3
5.	Gaya Asuh Pembimbing	20, 25	19, 21	4
6.	Lingkungan	22, 23	17, 24	4
Jumlah		15	10	25

Kuesioner ini digunakan untuk mengetahui faktor internal dan eksternal prokrastinasi. Terdapat 25 butir pertanyaan untuk mengetahui faktor-faktor internal dan eksternal prokrastinasi dengan menggunakan skala Likert. Skala dalam penelitian ini, akan didapat jawaban “SS=sangat setuju”, “S=setuju”, “TS=tidak setuju”, dan “STS=sangat tidak setuju”. Instrumen penelitian ini menggunakan daftar pertanyaan yang berbentuk kuesioner, responden hanya diminta untuk memberikan tanda centang (√) pada jawaban yang dianggap sesuai dengan responden. Penilaian pada kuesioner ini, yaitu “Sangat setuju = 4”, “Setuju = 3”, “Tidak setuju = 2”, dan “Sangat tidak setuju = 1”.

Table 3.3 Kisi-Kisi Skala Faktor-Faktor Internal & Eksternal Prokrastinasi

Variabel	Aspek	Indikator	Item	Jumlah
Faktor-Faktor Internal & Eksternal	Aspek Internal	Buruknya	1,2,3,4,5,6,8,12	8
		Pengelolaan Waktu		
		Kesulitan dalam Berkonsentrasi	7,9,13,18	4
		Ketakutan	11,14	2

	Gagal		
	Kebosanan terhadap Tugas	10,15,16	3
Aspek Eksternal	Gaya Asuh Pembimbing	19,20,21,25	4
	Lingkungan	17,22,23,24	4

2.6.2 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner. Jenis data yang dikumpulkan termasuk data primer yang diperoleh dengan cara pengisian kuesioner oleh responden dan pengamatan secara langsung untuk mendapatkan data-data penelitian tentang faktor prokrastinasi yang mempengaruhi prokrastinasi terhadap mahasiswa. Setelah ijin penelitian diperoleh, maka peneliti melakukan beberapa tahap dalam pengumpulan data yaitu:

1. Tahap pertama
 - a. Dilakukan seleksi responden/peneliti sesuai kriteria inklusi dan eksklusi
 - b. Memberikan penjelasan tujuan, manfaat dan prosedur penelitian kepada calon responden
 - c. Melakukan *informed consent* terhadap calon responden. Jika calon responden bersedia menjadi responden, mereka dapat membaca lembar persetujuan dan mendatangnya
 - d. Calon responden yang bersedia menjadi responden kemudian diberikan kuesioner dan responden dianjurkan bertanya apabila ada pertanyaan yang kurang jelas
 - e. Waktu pengisian kuesioner dilakukan 1 kali

f. Responden diharap mengisi semua pertanyaan didalam kuesioner. Setelah responden selesai, peneliti meneliti kembali kuesioner yang telah diisi. Apabila ada pertanyaan yang belum diisi maka kuesioner dikembalikan kepada responden untuk dilengkapi kembali.

2. Tahap kedua

Kuesioner yang telah diisi oleh responden kemudian diolah dan dianalisa oleh peneliti.

2.6.3 Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang digunakan untuk menunjukkan alat ukur yang digunakan dalam penelitian mampu digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur. Maka, perlu diujikan dengan uji korelasi antara skors (nilai) setiap pertanyaan dengan skors total kuesioner yang akan digunakan. Jika semua pertanyaan mempunyai korelasi yang bermakna (*construct corelation*), berarti semua pertanyaan yang ada di dalam kuesioner tersebut mampu mengukur konsep yang peneliti ukur (Notoatmodjo, 2018).

Kuesioner telah dilakukan uji validitas oleh (Dina Husnia, 2016) Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan pada prokrastinasi terdapat 18 aitem valid. Hasil nilai koefisien korelasi berkisar dari 0,243 sampai dengan 0,620 sehingga bisa dikatakan valid.

2.6.4 Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukuran dapat dipercaya atau dapat diandalkan jika digunakan dalam penelitian (Notoatmodjo, 2018). Uji reliabilitas akan menunjukkan seberapa besar hasil pengukuran dari alat ukur tersebut dapat tetap konsisten atau asas jika digunakan untuk pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama, dengan menggunakan alat ukur yang sama. Kuesioner sebagai alat ukur harus mempunyai reliabilitas yang tinggi. Dalam melakukan uji reliabilitas sekurang-kurangnya diuji

coba dua kali, kemudian dirumuskan dengan menggunakan korelasi *product moment*.

Uji reabilitas instrument dalam penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang dibantu program *SPSS*. Kemudian reliabilitas berada pada rentang antara 0 sampai dengan 1,00, jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, koefisien rendah mendekati 0 berarti semakin rendahnya reliabilitas (Azwar, 2012) maka ditemukan nilai alpha sebagai berikut:

1. Cronbach's Alpha sebesar 0.824 dan

Kuesioner telah dilakukan uji reliabilitas oleh (Dina Husnia, 2016) Berdasarkan uji reabilitas yang telah dilakukan pada faktor-faktor prokrastinasi dan hasil uji reliabilitas pada faktor faktor prokrastinasi dikatakan reliable karena hasil variable tersebut 1,0 berarti semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,0 berarti semakin tinggi reliabilitasnya (Azwar, 2008).

2.7 Metode Pengolahan dan Analisa Data

2.7.1 Metode Pengolahan

Data yang diperoleh dari penelitian atau responden kemudian diolah. Data yang diperoleh masih mentah dan harus diolah terlebih dahulu agar dapat disajikan (Hidayat, 2009).

Tahap pengolahan data:

2.7.1.1 Editing

Editing atau penyuntingan merupakan kegiatan pengecekan dan memperbaiki pengisian kuesioner oleh responden (Notoatmodjo, 2018). Data-data yang telah dikumpulkan selama penelitian perlu diperiksa terlebih dahulu agar dapat dipastikan data yang dikumpulkan layak untuk diolah lebih lanjut.

2.7.1.2 Coding

Coding dilakukan untuk memudahkan dalam pengolahan dan pemberian kode (angka, huruf atau simbol lainnya), selanjutnya dimasukkan kedalam lembar table

kerja untuk mempermudah pengolahan. Coding dilakukan dengan ketentuan yang sudah ditetapkan sebelumnya dan dilakukan setelah proses editing dilakukan. Data yang dilakukan coding adalah faktor-faktor prokrastinasi yaitu Ya = 1, Tidak = 2. *Coding* atau pemberian kode inisangat berguna dalam memasukkan data.

2.7.1.3 *Processing*

Processing atau *entry data* adalah kegiatan memasukkan data-data hasil penelitian yang telah terkumpul ke program perangkat lunak komputer. Data kuesioner dimasukkan dengan bantuan paket software *SPSS* (Notoatmodjo, 2018).

2.7.2 **Analisa Data**

Analisis data merupakan kegiatan mendeskripsikan, menginterpretasikan data, dan menarik kesimpulan dari data yang telah diolah untuk memperoleh makna atau arti dari hasil penelitian tersebut, serta diharapkan mampu menginferensi atau menggeneralisasikannya (Notoatmodjo, 2018).

2.7.2.1 *Analisa Univariat*

Analisis univariat merupakan suatu analisis yang dilakukan terhadap sebuah variabel penelitian. Pada umumnya analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2018). Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel independen dan variabel dependen dari angka, jumlah, dan distribusi frekuensi masing-masing kelompok tanpa ingin mengetahui pengaruh atau hubungan dari karakteristik (responden) yang ingin diketahui (Sugiyono, 2016). Analisis univariat menggunakan *Saphiro Wilk* karena sampel kurang dari 50. Dengan ketentuan data numerik menggunakan nilai *mean*, median, dan standar deviasi.

2.7.2.2 *Analisa Bivariat*

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan variabel independen (faktor internal prokrastinasi) dengan variabel dependen (terjadinya prokrastinasi)(Notoatmodjo, 2018). Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan sebesar 0,05 ($\alpha=5\%$) dan *Confidence Interval* sebesar 95%. Interpretasinya, yaitu:

- a. Jika nilai probabilitas $\leq 0,05$, maka hipotesis H_a diterima atau gagal ditolak dan H_o ditolak yang artinya ada hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen.
- b. Jika nilai probabilitas $> 0,05$, maka hipotesis H_a ditolak dan H_o diterima yang artinya tidak ada hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen.

Tabel 3.4 Variabel Independen dan Variabel Dependen

Jenis Uji	Variabel Independen	Variabel Dependen	Uji
Bivariat	Faktor internal & eksternal prokrastinasi	Prokrastinasi	<i>Chi Square</i>
	Faktor eksternal dan internal prokrastinasi	Prokrastinasi	<i>Chi Square</i>

2.8 Etika Penelitian

Peneliti memberikan surat ijin permohonan penelitian kepada pihak kampus Universitas Muhammadiyah Magelang untuk meminta data yang diperlukan untuk penelitian dimulai. Etika adalah ilmu atau pengetahuan tentang apa yang dilakukan (pola perilaku) orang, atau pengetahuan tentang adat kebiasaan orang. Penelitian adalah upaya mencari kebenaran terhadap semua fenomena kehidupan manusia, baik yang menyangkut fenomena alam maupun sosial, budaya, pendidikan, kesehatan, ekonomi, politik, dan sebagainya untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bertujuan untuk kesejahteraan umat manusia. Jadi, kode etik penelitian adalah suatu pedoman etika yang berlaku untuk setiap kegiatan penelitian yang melibatkan antara pihak peneliti, pihak yang diteliti (subjek penelitian) dan masyarakat yang akan memperoleh dampak hasil penelitian tersebut (Notoatmodjo, 2018). Adapun etik dalam penelitian diantaranya, yaitu:

3.8.1 *Informed Consent*

Informed consent adalah persetujuan yang disepakati oleh peneliti dengan responden yang telah disepakati melalui lembar persetujuan dengan harapan mampu untuk memahami dan bersifat sukarela untuk menjadi responden sehingga tidak ada unsur paksaan. *Informed consent* diberikan kepada responden sebelum dilakukan kegiatan penelitian agar responden dapat memahami tujuan serta harapan dari dilakukannya penelitian.

3.8.2 *Beneficence*

Beneficence berarti penelitian diharapkan mampu menghasilkan manfaat bagi semua pihak, termasuk tempat penelitian dan responden, yaitu pihak mahasiswa dan peneliti.

3.8.3 *Nonmaleficence*

Nonmaleficence berarti penelitian yang dilakukan mampu menjelaskan terlebih dahulu kepada responden bahwa penelitian yang akan dilakukan tidak akan menimbulkan resiko yang dapat membahayakan pihak manapun. Ketika dalam mengisi jawaban lembar kuesioner akan menimbulkan rasa malu atau tidak nyaman, maka peneliti mengantisipasinya untuk memberi kesempatan responden untuk bertanya.

3.8.4 *Justice*

Justice berarti peneliti memperlakukan responden sama, tidak membeda-bedakan, secara adil dan terbuka karena semua responden memiliki hak yang sama. Peneliti tidak membedakan perlakuan pada responden dengan alasan jenis kelamin, ras, suku, agama, tingkat pendidikan, dan faktor-faktor lain yang tidak ada hubungannya dengan kompetensi dan integritas ilmiah. Peneliti tidak berlaku diskriminasi kepada responden yang diketahui ternyata tidak bersedia menjadi responden.

3.8.5 *Anonymity*

Anonymity berarti jaminan yang diberikan oleh peneliti kepada responden untuk tetap menjaga privasi responden dengan tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar kuesioner yang akan diisi dalam penelitian.

3.8.6 *Confidentiality*

Confidentiality berarti peneliti memberikan jaminan kerahasiaan kepada responden dari hasil penelitian yang telah dilakukan, baik informasi ataupun permasalahan yang muncul lainnya, hanya sekelompok data tertentu yang akan dilaporkan dari hasil penelitian.

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.2 Kesimpulan

Dari hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Magelang, maka kesimpulan yang dapat diambil sebagai berikut :

- 5.2.1 Karakteristik responden pada penelitian ini didapatkan usia paling banyak 23-26 tahun, berdasarkan jenis kelamin paling banyak perempuan.
- 5.2.2 Hasil penelitian menunjukkan faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian prokrastinasi mahasiswa 3 faktor yang berpengaruh antara lain buruknya pengelolaan waktu, kesulitan dalam berkonsentrasi, kebosanan terhadap tugas.
- 5.2.3 Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor prokrastinasi yang paling dominan adalah buruknya pengelolaan waktu dengan memiliki peluang 3 kali lebih beresiko mengalami prokrastinasi dibandingkan mahasiswa yang memiliki pengelolaan waktu yang baik.

5.3 Saran

Adapun saran adalah sebagai berikut :

5.3.1 Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan menjadi koreksi terhadap kejadian prokrastinasi, bahwa prokrastinasi merupakan tindakan yang memberi banyak dampak negatif bagi prokrastinator sehingga prokrastinator dapat meninggalkan kebiasaan prokrastinasi.

5.3.2 Bagi Universitas

Penelitian ini diharapkan dapat membantu para mahasiswa untuk meminimalisir perilaku menunda-nunda dengan caranya sendiri. Tentulah hal tersebut bermanfaat sekali, karena dengan demikian tingkat kelulusan mahasiswa menjadi meningkat.

5.3.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya, dapat dilakukan penelitian tentang cara mengurangi tingkat prokrastinasi baik secara internal maupun eksternal.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, dapat menggunakan instrument yang lebih luas jangkauannya untuk mengetahui faktor penyebab prokrastinasi pada mahasiswa.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, dapat melihat beban lain yang mengakibatkan mahasiswa melakukan prokrastinasi.

5.3.4 Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat menjadi koreksi diri bagi mahasiswa, sehingga bagi mahasiswa yang belum mengalami prokrastinasi, mereka bisa menghindari perilaku menunda-nunda dengan berpatokan pada faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Saman. 2017. *Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan*. Makassar : Universitas Negeri Makassar
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S., 2007, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi VI hal 134*, Rineka Apta, Jakarta.
- Aziz Alimul, Hidayat. 2007. *Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Bornstein, M. H. (2002). *Handbook of Parenting: Volume 1: Children and Parenting (2nd ed)*. Mawah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publisher.
- Bruno, E.J. (1998). *Stop Procrastinating: Pahami Dan Hentikan Kebiasaan Anda Menunda-nunda (A.R.H. Sitanggang, Pengalih Bahasa)*. Jakarta: Gramedia
- Dina Husnia, 2015. *Hubungan Prokrastinasi Akademik terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa psikologi angkatan 2011 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Malang.
- Dwitantynov, A., Hidayati, F., & Sawitri, R D. (2010). Pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap efikasi diri akademik mahasiswa (studi eksperimen pada mahasiswa psikologi undip semarang). [electronic version]. Jurnal Psikologi Undip.
- Ferrari, J.R., & Tice, D. 2000. *Procrastination as a Self-Handicap for Men and Women: A Task-Avoidance Strategy in a Laboratory Setting*. Journal of Research in Personality, Vol.34.
- Ferrari dkk. Dalam Romano, J.L. "Theoretical Concept Treatment of Procrastination". Contemporary Psychology. 4. 1996.
- Freeman, Erin K., Cox, Luz-Eugenia., Fuenzalida, Cox., dan Stoltenberg, Ilea. 2011. *Extraversion and Arousal Procrastination: Waiting for the Kicks*. Springer Science+Business Media. 30:375–382
- Friedberg, F. 1996. Chronic Fatigue Syndrome: A New Clinical Application: *Journal of Professional Psychology and Practice*, Vol:27, 487-494
- Gunawinata, V., dkk. (2008). *Perfeksionisme, prokrastinasi akademik, dan penyelesaian skripsi mahasiswa*. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 23(3), hlm. 256 – 276.

- Hana Hanifah Fauziah. 2014. *Fakor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. Bandung : UIN Sunan Gunung Djati.
- Knaus. W. (2001). *The procrastination Workbook*. New York: Harbinger Publications, Inc
- Rizvi,A,Prawitasari,J.E&Soetjipto,H.P. 1997. *Pusat Kendali dan Efikasi Diri sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik Mahasiwa*. Jurnal Psikologika, No 3 tahun II. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.
- Rumiani (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres. Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*, 3(2), 37-48.
- Said Hasan Basri. 2017. *Prokrastinasi akademik mahasiswa Ditinjau dari religiusitas Fakultas Dakwah dan Komunikasi*. Yogyakarta : UIN Sunan Kalijaga
- Solomon dan Rothblum. 1984. Academic Procrastination: *Frequency and cognitive-behavioralcorrelates*. Journal of Counseling Psychology hlm 31, 503-509.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Wolters, C. A. (2003). *Understanding Procrastination from a Selfregulated Learning Perspective*. Journal of Educational Psychology, 95, 179 –187.
- Wulan, R. 2000 “*Hubungan Antara Gaya Pengasuhan Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik*”.Skripsi (Tidak diterbitkan). Jogjakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.